

Terveystulkki – maahan muuttaneiden terveyden ja hyvinvoinnin edistäjä

SIRPPA KINOS & ROBERTO FELIZIA & EMIRA HASANOV & SINI ELORANTA & SUSANNA MÖRT

Tässä avauksessa tarkastellaan niin kutsutun terveystulkkin merkitystä erityisesti maahan muuttaneiden naisten ja perheiden näkökulmasta ja kerrotaan, miten ammatillista ja kokemus-asiantuntijuutta on Ruotsissa yhdistetty.

Äidiksi tuleminen ja perheen perustaminen ovat tärkeitä vaiheita monen naisen elämänsä aikana. Erityisen haasteellisia ne voivat olla hiljattain maahan muuttaneelle naiselle, joka on joutunut jättämään kotimaansa esimerkiksi sodan tai humanitaarisen kriisin takia. Olemassa ollut tukiverkosto on usein hajonnut muutoksen myötä. Tuen tarpeet uudessa elämäntilanteessa ja uudessa kotimaassa voivat olla monitahoisia.

Nämä kysymykset ovat nousseet esille ”Wo-Health – Maahanmuuttajanaisten voimaantumisen tukeminen” -hankkeessa, jossa Turun ammattikorkeakoulu ja Norrköpingin Flyktingmedicinskt centrum tukevat maahanmuuttajataustaisten naisten voimaantumista ryhmätoiminnan, vertaistuen ja selkokielisen materiaalin avulla. Hanketta tulee taloudellisesti Central Baltic -ohjelma.

Maahan muuton syyt vaihtelevat ja vaikuttavat terveyteen ja hyvinvointiin

Maahanmuuttaja on yleisessä käytössä oleva termi. Kuitenkaan kyseessä ei ole yhtenäinen ryhmä ihmisiä. Maahan muuton syyt ovat moninaiset. Suurin osa muuttaa Suomeen työn, opiskelun tai perhesiteen perusteella (www.kotouttaminen.fi). Osa hakee turvapaikkaa sodan tai muun konfliktin takia. Maahan muuton syy on yhteydessä terveyden ja hyvinvoinnin kysymyksiin. Esimerkiksi Suomeen yliopistotutkijan tai kansainvälisen yrityksen johtajan puolisona muuttava on

monella tapaa erilaisessa asemassa kuin turvapaikanhakijana humanitaarisen kriisin olosuhteista saapunut henkilö. Maahantulon syyn lisäksi terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavat monet muutkin tekijät kuten lähtömaa, maahanmuuttoikä ja maassaoloaika. Koulutustaso puolestaan vaikuttaa muun muassa terveystiedon lukutaitoon. Merkittäviä ovat myös kulttuuriset käsitykset terveydestä ja sairauksista sekä sairauksien ehkäisystä, hoidosta ja oireista. (Skogberg ym. 2019.)

Niin kansainväliset kuin suomalaisetkin tutkimukset kertovat, että pakolaistaustaisten ja konfliktialueilta tulevien ihmisten terveys sekä fyysinen ja sosiaalinen toimintakyky ovat heikompia kuin muista syistä maahan muuttaneiden tai kantaväestön. Myös mielenterveyden ongelmat ovat yleisempiä. Tutkimukset kertovat naisten terveyden ja hyvinvoinnin olevan miehiin verrattuna keskimäärin heikompia. (Rask ym. 2016a; 2016b; Skogberg ym. 2016.)

Turvapaikanhakijoina maahan tulleilla naisilla on monia terveydellisiä haasteita

Tuorein turvapaikanhakijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimus (TERTTU; ks. Skogberg ym. 2019) kuvaa vuonna 2018 maahan tulleiden turvapaikanhakijoiden tilannetta. Turvapaikanhakijoiden yleisimmät kansalaisuudet olivat Venäjän federaatio, Irak, Turkki, Afganistan ja Somalia. Melkein puolella oli jokin vamma, jonka oli aiheuttanut väkivalta tai tapaturma, ja neljä viidestä oli kokenut hiljattain järkyttävän tapahtuman, kuten väkivaltaa. Neljäsosa naisista oli kokenut seksuaalista väkivaltaa. Järkyttäviä, mahdollisesti traumaattisia tapahtumia ennen Suomeen

tuloa olivat kokeneet niin aikuiset kuin lapsetkin. Aikuisista joka toisella oli traumatisoitumiseen viittaavia oireita. Päänsärky ja selkävaivat olivat yleisiä, samoin masennus- ja ahdistuneisuusoireet, joita oli neljällä viidestä.

Turvapaikanhakijoista naisilla masennus- ja ahdistuneisuusoireita oli vielä enemmän kuin miehillä. Vaikeuksia nukahtaa tai unen katkonaisuutta oli noin kolmasosalla. Seksuaali- ja lisääntymisterveyteen liittyvät ongelmat olivat naisilla yleisiä. Joka kymmenes oli raskaana Suomeen tullessaan, ja yli puolella oli alaikäisiä lapsia. Alle kouluikäisillä lapsilla käytöshäiriöt ja tunne-elämän ongelmat olivat yleisiä. Useilla terveyden ja hyvinvoinnin osa-alueilla Lähi-idästä ja Afrikasta tulleiden tilanne oli heikompi kuin muilta alueilta tulleilla.

Herää kysymys, missä määrin sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalveluissa, kuten neuvoloissa tai varhaiskasvatuksessa, osataan nähdä ne haasteet, joita edellä kuvatut kokemukset aiheuttavat yksilöiden ja perheiden elämässä ja tukea niissä. (Skogberg ym. 2019.)

Erilaiset tuen muodot

Haasteellisissa elämäntilanteissa ja elämän käännekohtissa kuten toiseen maahan muutettaessa tarvitaan muiden tukea. Sosiaalisen tuen muotoja ovat esimerkiksi emotionaalinen tuki, kuten empatia, luottamus ja välittäminen. Siihen kuuluu myös välineellinen tuki, esimerkiksi konkreettinen apu tai palvelu. Sosiaalista tukea ovat myös tiedollinen tuki, kuten neuvonta ja ohjaus, sekä arvioiva tuki, jota edustaa esimerkiksi rakentava palaute. Jotkut tutkijat erottelevat myös toiminnallisen tuen, esimerkkinä kädestä pitäen opettaminen, tai hengellisen tuen. Catharine Heaney ja Barbara Israelin (2007, 1890) mukaan hengellistä tukea ovat esimerkiksi eksistentiaalisissa ja uskonnollisissa kysymyksissä tukeminen sekä jaettu usko tai aate. Sosiaalista tukea sen eri muodoissa voivat tarjota niin kanssaihmiset kuin ammattilaisetkin. (Kumpusalo 1991, 14; Louheranta ym. 2016, 235–236.)

Ammattilaisten tuki maahan muuttaneille naisille on tärkeää, mutta tietoa on usein vaikea omaksua

Ammattilaisten antamassa tuessa painottuvat tiedollinen ja arvioiva tuki, ja asiantuntijuus perustuu pitkään koulutukseen ja työkokemukseen. Naisten ja äitien terveyden näkökulmasta keskeisiä ammattilaisia ovat äitiys- ja lastenneuvoloiden terveydenhoitajat. Suomalainen neuvolajärjestelmä on kansainvälisesti tarkasteltuna uniikki. Neuvola on koko perheen hyvinvointia edistävä, moniammatillinen palvelukokonaisuus, jossa kohdetaan lähes kaikki lasta odottavat ja alle kouluikäisten lasten perheet. Neuvolan yhtenä keskeisenä tehtävänä on kaventaa perheiden välisiä terveyseroja (THL 2020). Maahan muuttaneet perheet tuovat työhön omat haasteensa, jotka usein liittyvät kieleen ja kulttuuriin.

Neuvola on tärkeässä roolissa tukemassa perheiden integraatiota uuteen yhteiskuntaan. Neuvolan asiantuntijoiden monipuolinen osaaminen tarjoaa tärkeää tukea maahan muuttaneille naisille, niin naisten omasta kuin perheenkin terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtimiseen. WoHealth-hankkeeseen osallistuvat naiset ovat tyytyväisiä neuvolan palveluihin ja arvostivat niitä kovasti. Neuvolasta saadun kirjallisen materiaalin monet kokevat kuitenkin ylivoimaisen vaikeaksi ymmärtää, koska suomenkielinen materiaali ei ole selkokielistä eikä sitä ole saatavilla omalla äidinkielellä. Epätietoisuutta onkin jäänyt muun muassa liittyen synnytykseen suomalaisessa sairaalassa, lapsivuodeaikaan, lasten sairauksiin sekä palveluihin, joita kunnassa on saatavilla perheen jaksamisen tueksi.

WoHealth-hankkeeseen osallistuvat neuvolan työntekijät ovat työssään havainneet, että monella maahan muuttaneella perheellä on riittämättömät tiedot suomalaisen yhteiskunnan tarjoamista terveyspalveluista ja tuesta, kuten neuvolatoiminnasta ja perhepalveluista. Tiedon puute tai jopa väärä tieto palveluista saattaa vaikuttaa perheiden tekemiin päätöksiin. Lisäksi neuvolan työntekijät kokevat huolta siitä, ettei vastaanotoilla aina riittävästi pystytä vastaamaan tuen tarpeisiin, jotka liittyvä esimerkiksi raskauteen ja synnytykseen valmistautumiseen, lapsen kasvatukseen ja kehitykseen sekä isän rooliin perheessä. Syynä ovat erityisesti yhteisen kielen puuttuminen ja kulttuuriset erot. Vuorovaikutus perheiden ja neuvolan asiantuntijoiden välillä tulisi olla dialogista, jossa perheiden yksilöllisiä sekä kulttuurisia ja kielellisiä tarpeita ja toiveita kuullaan ja mahdollisuuksien mukaan huomioidaan.

Kokemusasiantuntija on vertainen, joka tuntee kulttuurin ja jakaa samoja kokemuksia

Tukea voi tarjota myös kokemusasiantuntija. Kokemusasiantuntija on vertainen, joka voi tarjota esimerkiksi yhteiseen kieleen ja kulttuuriin tai jaettuihin kokemuksiin perustuvaa osaamista. Hän voi tarjota vertaistukea, jossa painottuvat usein emotionaalinen ja välineellinen tuki, empatia ja kokemusperäinen tieto (Laimio & Karnell 2010, 18–19). Vertaistuella on myös sellaisia merkityksiä, joita muut tuen lähteet eivät tarjoa (Vilkkumaa 2014). Se voi normalisoida omia kokemuksia ja auttaa pääsemään yli esimerkiksi häpeän tunteista. Ylipäättään maallikoiden, kuten perheen, ystävien ja työtovereiden, tarjoamalla tuella on todettu merkittäviä terveysvaikutuksia, muun muassa masennuksen ennaltaehkäisyssä ja hoidossa (Hiilamo & Tuulio-Henriksson 2012, 210–211).

WoHealth-hankkeeseen osallistuvien maahan muuttaneiden naisten mukaan vertaisen vahvuus on se, että maahanmuuton itse kokenut kokemusasiantuntija voi oman taustansa kautta ymmärtää pakolaisuutta ja siirtolaisuutta prosessina ja kokemuksena eri tavalla kuin kantasuomalainen – ja myös näiden tekijöiden vaikutusta terveyteen ja hyvinvointiin.

Kokemusasiantuntijalla voi olla kokemusperäistä tietoa, erityisesti sellaista hiljaista tietoa, jota muodollisen koulutuksen kautta ei voi saada. Tämä tieto voi liittyä ensinnäkin kulttuuriseen ymmärrykseen, jota yhteinen kieli kantaa. Se merkitsee tietoa merkitysrakenteista ja normeista, joita kulttuuriin kuuluu ja jotka vaikuttavat syvällisesti esimerkiksi juuri naiseuden kokemukseen ja perhekäsitykseen. Näin samaan kulttuuriin kasvanut kokemusasiantuntija pystyy viestinnässään tekemään kytkentää ja tulkintaa lähtömaan kulttuuriin merkitysrakenteisiin ja ymmärtämään ilmiötä, jotka ulkopuolisille eivät avaudu. Erityisesti tiedollisen tuen välittymisen näkökulmasta yhteinen kieli on ensiarvoisen tärkeä tekijä. Toiseksi kokemusasiantuntija saattaa ymmärtää paremmin sitä toiseutta, jota tulokas voi kokea uudessa maassaan (Being Black in the EU).

Kokemusasiantuntijuus ja professionaalinen tuki voidaan yhdistää

Suomessa toimii kulttuuritulkkeja, jotka toteuttavat kahdensuuntaisen kotoutumisen tavoitetta toimiessaan apuna ja oppaina maahanmuuttajien ja kantaväestön välillä esimerkiksi terveydenhuollon käynneillä. Kulttuuritulkit ovat usein vapaaehtoistyötä tekeviä, hyvin Suomeen integroituneita maahan muuttaneita henkilöitä.

Kulttuuritulkit eivät ole terveydenhuollon ammattihenkilöitä, kuten Ruotsissa toimivat ”hälso-kommunikatörer” ovat. Termi voidaan vapaasti suomentaa terveystulkiksi, terveysviestijäksi tai terveysvälittäjäksi. Heillä itsellään on maahanmuuttajatausta. Sen lisäksi heillä on terveydenhuollon ammatillinen koulutus, esimerkiksi sairaanhoitajakoulutus. Suomessa ei vastaavaa ammattinimikettä eikä vastaavia toimia julkisessa terveydenhuollossa tunneta. Heidän vahvuutensa ovat kielitaito eli ruotsin lisäksi ainakin lähtömaan kieli sekä perehdytys monikulttuuriseen ohjaamiseen, jonka työnantaja eli julkinen terveydenhuolto järjestää. Monikulttuurinen ohjausosaaminen koostuu kulttuurisesta tietoisuudesta, kulttuurierojen tuntemuksesta ja monikulttuuriseen työhön sopivien toimintatapojen osaamisesta (Launikari & Puukari 2005, 27; Näsälä 2009, 18–20). Lisäksi siihen kuuluu rakenteellinen ja institutionaalinen ulottuvuus. Se merkitsee tietoisuutta niistä tekijöistä, jotka edistävät tai toisaalta vaikeuttavat monikulttuurista työskentelyä (Sue 2017, 24–25). Käytännön esimerkkinä voidaan mainita ajanvarauskäytännöt ja niiden esteettömyys. Heikot atk-taidot tai heikko suomen kielen taito voivat tehdä sähköisestä ajanvarauksesta tai automaattisen puhelinpalvelun käytöstä ylivoimaista.

Terveystulkit ohjaavat yksilöitä ja ryhmiä sekä kouluttavat työpaikoilla

Ruotsissa terveystulkit ovat toimineet jo vuosia. Esimerkiksi Östergötlandin alueella Flyktningmedicinskt centrum on järjestänyt toimintaa vuodesta 2009 alkaen, osana julkista terveydenhuoltojärjestelmää. Toiminnan lähtökohtana on terveydenhuoltolaki, jonka tavoitteena on turvata hyvä terveys ja yhdenvertaiset terveyspalvelut koko väestölle. Vastaavat tavoitteet sisältyvät myös Suomen terveydenhuoltolakiin (1326/2010, 2 §). Terveystulkkien tavoitteena on lisätä niin maahan saapu-

vien kuin jo pidempään Ruotsissa asuneiden maahan muuttaneiden terveysosaamista. Se tarkoittaa kykyä omaksua, ymmärtää ja käyttää tietoa tavalla, joka edistää ja ylläpitää hyvää terveyttä.

Ruotsissa tiedetään, että ulkomailla syntyneiden ryhmässä sairastavuus- ja kuolleisuusriski on kantaväestöä suurempi (Migrationsinfo.se). Erityisesti turvapaikanhakijoiden elämäntilanne on usein siinä määrin kuormittava, että elintapakysymykset jäävät helposti toisarvoisiksi. Siksi tieto terveyttä edistävien elintapojen merkityksestä sekä tuki ja motivointi niiden omaksumiseen ovat ensiarvoisen tärkeitä. Myös tieto Ruotsin terveydenhuoltojärjestelmästä ja opastus sen käyttämisessä ovat hyödyllisiä. Palvelu toteutetaan aina kun mahdollista asiakkaan omalla äidinkielellä (arabia, somali, persia/dari, tigrinja tai paštu) sekä selkoruotsilla. Terveystulkit pystyvät kielitaitonsa ja kulttuurisen osaamisensa kautta käymään dialogia niin, että asiakas ymmärtää ja omaksuu asian. Koronaepidemian aikana tämän merkitys on korostunut, sillä epidemia on koskettanut monia maahan muuttaneiden ryhmiä kantaväestöä enemmän, mikä on johtunut muun muassa ikä- ja ammattirakenteen eroista (Ulkomaalaistaustaisen väestön koronataruntoja..., 2020).

Toimintaa toteutetaan monin eri muodoin. Yksilöllisten asiakastapaamisten lisäksi terveystulkit ohjaavat omakielisiä ryhmiä naisille, joissa teemoina esimerkiksi naisen terveys, raskaus, synnytys ja vanhemmuus. He käyvät myös kouluttamassa terveydenhuollon ammattilaisia eri työpaikoilla ja

oppilaitoksissa. Teemana ovat usein eri kulttuurien erityispiireet ja lähestymistavat terveyden ja hyvinvoinnin kysymyksiin.

Lopuksi

Suomen kansainvälistyessä ja monikulttuuristuesssa sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten joukkoon saadaan yhä enemmän kulttuurista monimuotoisuutta. Sen myötä tulevaisuudessa maahan muuttanut väestö tulee saamaan palvelua, joka nykyistä vahvemmin huomioi kielelliset ja kulttuuriset näkökohdat ja näin vastaa paremmin asiakkaiden tarpeisiin. Tätä prosessia voitaisiin nopeuttaa käynnistämällä myös Suomessa terveystulkkitoiminta. Siinä yhdistyvät kokemuksellinen, kulttuurinen ja terveydenhuollollinen osaaminen, luoden monipuolista erityistason asiantuntijuutta. Terveystulkki voisi esimerkiksi tukea ja kouluttaa neuvolan asiantuntijoita monikulttuurisuuden haasteissa sekä ohjata omakielisiä perhevalmennusryhmiä. Terveystulkkitoiminnan avulla voisimme myös Suomessa yhä paremmin tukea maahan muuttaneiden naisten ja perheiden kokonaisvaltaista hyvinvointia elämän käännekohtissa, kuten vanhemmaksi tulossa kaikkine iloineen ja haasteineen. Myös WoHealth-hankkeessa tuotetut neuvoloiden käyttöön tarkoitetut tulostettavat esitteet selkosuomeksi ja selkoruotsiksi raskaudesta, synnytyksestä, lapsen hoidosta ja vanhemmuudesta tukevat samaa tavoitetta.

KIRJALLISUUS

- Being Black in the EU (2018) Second European Union Minorities and Discrimination Survey. European agency for fundamental rights. https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2018-being-black-in-the-eu_en.pdf (luettu 1.10.2020)
- Heaney, Catharine A & Israel, Barbara A (2008) Social networks and social support. In: Karen Glanz & Barbara Rimer & Kasimomayajula Viswanath (eds.) Health, behavior and health education. Theory, research and practice. San Francisco: Jossey-Bass Publisher, 189–207.
- Hiillamo, Heikki & Tuulio-Henriksson, Annamari (2012) Terapiaa, lääkkeitä ja toisia ihmisiä. Sosiaalisen tuen merkitys masennuksesta toipumisessa. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 2012: 49, 209–219.
- Kumpusalo, Esko (1991) Sosiaalinen tuki, huolenpito ja terveys. Sosiaali- ja terveyshallinnon raportteja 28. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Laimio, Anne & Karnell, Sonja (2010) Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Tanja Laatikainen (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA.
- Launikari, Mika & Puukari, Sauli (2005) Multicultural Guidance and Counselling. Theoretical Foundations and Best Practices in Europe. Centre for International Mobility CIMO and Institute for Educational Research (University of Jyväskylä).
- Louheranta, Olavi & Lähteenvuori, Markku & Kangasniemi, Mari (2016) Henkinen ja hengellinen tuki terveydenhuollossa – kenen vastuulla? Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 2016: 53, 234–241. Migrationsinfo.se. <https://www.migrationsinfo.se/valfard/halsa/#fnref-254-1> (luettu 3.12.2020)
- Näsälä, Maritta (2009) Näkökulmia monikulttuuriseen ohjaukseen. Jyväskylä ammattikorkeakoulu.
- Skogberg, Natalia & Laatikainen, Tiina & Koskinen, Seppo & Vartiainen, Erkki & Jula, Antti & Leivis-

- kä, Jaana & Härkänen, Tommi & Koponen, Päivi (2016) Cardiovascular risk factors among Russian, Somali and Kurdish migrants in comparison with the general Finnish population. *European Journal of Public Health*, 26, 667–673.
- Rask, Shadia & Suvisaari, Jaana & Koskinen, Seppo & Koponen, Päivikki & Mölsä, Mulki & Lehtisalo, Riikka & Schubert, Carla & Pakaslahti, Antti & Castaneda, Anu E (2016a) The ethnic gap in mental health: A population-based study of Russian, Somali and Kurdish origin migrants in Finland. *Scandinavian Journal of Public Health*, 44, 281–290.
- Rask, Shadia & Sainio, Päivi & Castaneda, Anu E & Härkänen, Tommi & Stenholm, Sari & Koponen, Päivikki & Koskinen, Seppo (2016b) The ethnic gap in mobility: A comparison of Russian, Somali and Kurdish origin migrants and the general Finnish population. *BMC Public Health*, 16, 340–349.
- Skogberg, Natalia & Mustonen, Katri-Leena & Koponen, Päivikki & Tiittala, Paula & Lilja, Eero & Omar, Awa Ahmed Haji & Snellman, Olli & Castaneda, Anu E (toim.) *Turvapaikanhakijoiden terveys ja hyvinvointi. Tutkimus Suomeen vuonna 2018 tulleista turvapaikanhakijoista. Raportti 12/2019*. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus.
- Sue, Derald Wing (2017) *Multicultural Social Work Practice*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus (2010) *Terveystieteiden tutkimuskeskus*. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus.
- THL (2020) Äitiys- ja lastenneuvola. https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ ja_lastenneuvola.
- Ulkomaalaistaustaisen väestön koronatartuntoja torjutaan monipuolisilla viestintäkeinoilla ja yhteisöjen avainhenkilöiden tuella. <https://thl.fi/fi/-/ulkomaalaistaustaisen-vaeston-koronatartuntoja-torjutaan-monipuolisilla-viestintakeinoilla-ja-yhteisöjen-avainhenkilöiden-tuella?> (luettu 3.12.2020)
- Vilkkumaa, Ilpo (2014) *Ihminen suhteessa ympäristöönsä*. Teoksessa Hely Streng (toim.) *Sopeutumisvalmennus. Suomalaisen kuntoutuksen oivallus*. Helsinki: RAY.
- WoHealth – Maahanmuuttajanaisten voimaantumisen tukeminen. <https://www.turkuamk.fi/fi/tutkimus-kehitys-ja-innovaatiot/hae-projekteja/maahanmuuttajanaisten-voimaantumisen-tukeminen/> (luettu 1.4.2020)
- www.kotoutaminen.fi/maahanmuutto-kasvaa-ja-monipuolistuu (luettu 3.12.20)